

Meer informatie over stotteren

Voor al uw vragen over stotteren kunt u terecht bij
de Nederlandse Federatie Stotteren

De NFS is een samenwerkingsverband van
de Nederlandse Stotter Vereniging Demosthenes. www.demosthenes.nl
en de Ned. Ver. voor Stottertherapie (NVST). www.nedverstottertherapie.nl



In 2014 is de richtlijn stotteren ontwikkeld. De logopedist/stottertherapeut
handelt volgens die richtlijn.
(http://www.stotteren.nl/images/nieuwsbrief/Patientenversie_Richtlijn_Stotteren.pdf)

De NFS beschikt over veel informatie en voorlichtingsmateriaal.

NFS
Postbus 80
3860 AB Nijkerk
Tel: 030-23 33 336
E-mail: nfs@stotteren.nl
Website: www.stotteren.nl

Stop het pesten!



Word jij gepest met je stotteren?

Dan is het belangrijk dat je een paar dingen weet

- Je kunt er **niets** aan doen dat je stottert. Je stottert soms meer, dan weer minder en dat kun je vaak niet zelf regelen. Dat hoort nu eenmaal bij stotteren.
- Pesten is iets heel anders dan een beetje plagen. Plagen is goed bedoeld, pesten niet.
- Pesten mag **nooit**. Pesten is gewoon foute boel en het moet altijd stoppen
- Als je gepest wordt komt dat **niet** omdat er iets mis is met jou.
- Als je gepest wordt heb **jij** steun nodig,
- Het kind dat pest heeft ook hulp nodig bij het afleren om te pesten.
- Jij kunt heel veel doen om te zorgen dat het pesten **stopt**.

Dit kun je doen om het pesten te laten stoppen

- Praat over je stotteren.
- Wordt een stotterexpert en zorg dat je alles weet over stotteren.
- Vraag aan je stottertherapeut of hij of zij samen met jou een spreekbeurt maakt en/of geeft over stotteren
- Laat je stotteren horen, je hoeft je er niet voor te schamen.
- Als iemand je pest met het stotteren, zeg iets dat kort is en eerlijk, zoals:
Ik vind het vervelend dat je me pest en ik wil dat je ermee ophoudt.
ja, ik stotter, en dat doe ik niet voor mijn lol. Ik doe mijn best!
Stop hou op!
- Als iemand je nadoet kun je ook zeggen dat je het niet wilt.

Je kunt er ook een grapje van maken zeg dan: Hé, stotter jij ook? Dat wist ik niet. Je mag wel een keer mee naar stottertherapie. Ik hoor het al, *ik kan beter stotteren dan jij*.

- Als het praten niet lukt? Houd dan je rug recht en loop weg met je neus in de wind!

Wat je voor jezelf kunt doen

- Weet dat kinderen die pesten dat vaak doen om zichzelf machtig te voelen terwijl ze eigenlijk heel onzeker zijn.
- Kinderen die pesten vinden het vaak leuk als je laat zien dat je verdrietig of boos bent. Natuurlijk ben je verdrietig en boos en dat mag best, maar bewaar je tranen een poosje tot je thuis bent of bij een goede vriend of vriendin.
- Praat erover thuis of met de juf of met een vriend of vriendin.
- Hoe je je voelt en denkt over je stotteren maakt hoeveel last je ervan hebt om ermee geplaagd te worden. Op stottertherapie kun je leren je steviger te voelen met je stotteren.
- Als je leert je stotters beter te besturen ga je je ook steviger voelen.
- Vertrouw op je kracht. Soms voel je je machteloos, maar laat je niet uit het veld slaan door de pester! Jij weet zelf het beste wat je waard bent!

En het is ook heel belangrijk om te weten

- Je staat er niet alleen voor!
- Zoek hulp.
- Praat met je ouders of iemand anders die je vertrouwt en waarvan je weet dat hij of zij je kan helpen!!
- Of bel met **stotteren.nl**. Zij helpen je verder!